



Kinesiologie für Musiker*innen und Sänger*innen Stressfrei musizieren

Die Musik-Kinesiologie ist eine bioenergetische Methode, die entwickelt worden ist, um die spezifischen Stressbelastungen der Musiker zu bewältigen. Sie ermöglicht es dem Musiker, den Stress bei Auftritten zu mildern, seinen musikalischen Ausdruck zu verbessern und Körper, Seele und Geist ins Gleichgewicht zu bringen.

Die Musik-Kinesiologie bietet eine professionelle und persönliche Hilfe für Musiker mit berufstypischen Problemen; einen neuen Zugang zum musikalischen Ausdruck und zum täglichen Üben am Instrument; sanfte Methoden, um die Blockaden aufzudecken, ihre Ursprünge zu bestimmen und Stress auf der Bühne zu reduzieren; ein individuelles Übungsprogramm zur energetischen Vorbereitung.

In diesem Workshop werden Übungen zur Entstressung sowie kinesiologische Lerntechniken für den Instrumentalunterricht vorgestellt und mit Stimme und Instrument praktiziert.



Dr. Mireille Natanson Musikstudium am Konservatorium und an der Universität Rouen (F). Studium der Musikpädagogik. Diplomarbeit u. Promotion in Musikwissenschaft. Ausbildung zur Musik-Kinesiologin, Musik-Kinesiologie-Instruktorin, in Edu-Kinestetik

und Touch For Health am Institut für Angewandte Kinesiologie (Freiburg). Praktiker für Energetische-Meridianbalance-Technik (Hamburger Institut für systemische Lösungen). Moving Teacher (Rückenprävention). Leitung von Einführungs- und Ausbildungskursen in Musik-Kinesiologie in Deutschland, Frankreich und in der Schweiz. Leiterin der Akademie für Kinesiologie und Musik. Mitglied der „Deutschen Gesellschaft für Angewandte Kinesiologie“ und im Arbeitskreis Edu-Kinestetik.